

## Pandemie H1N1 2009 („Schweinegrippe“): Allgemeine Informationen

Bei einem oder allen der folgenden Symptome könnten Sie an Influenza erkrankt sein:

- Fieber (aber nicht jeder, der an Influenza erkrankt ist, hat auch Fieber)
- Gliederschmerzen
- Husten
- Kopfschmerzen
- Halsschmerzen
- Schüttelfrost
- Laufende oder verstopfte Nase
- Erschöpfung
- Manchmal Durchfall und Erbrechen

### WENN SIE GLAUBEN, AN INFLUENZA ERKRANKT ZU SEIN:

- Bleiben Sie zu Hause und halten Sie sich von anderen Personen fern. Verdecken Sie in Anwesenheit anderer Personen stets Ihre Nase und Ihren Mund (z. B. mit einem Mundschutz oder Taschentuch).
- Wenn Sie nicht der Hochrisikogruppe angehören (Kleinkinder, Schwangere, Personen mit einer bereits vorliegenden Erkrankung wie Asthma, Diabetes oder einem geschwächten Immunsystem sowie Personen über 65), sollten Sie Paracetamol oder Ibuprofen einnehmen und viel trinken.
- Bleiben Sie mindestens 24 Stunden zu Hause, nachdem Ihr Fieber ohne die Einnahme fiebersenkender Medikamente zurückgegangen ist.
- Die meisten Personen erholen sich ohne medikamentöse Behandlung von der Influenza und benötigen keine medizinische Hilfe. Wenn Sie jedoch zur Hochrisikogruppe gehören und bei Ihnen Symptome eines grippalen Infekts auftreten, setzen Sie sich bitte mit Ihrem Hausarzt oder dem nächstgelegenen Krankenhaus in Verbindung.

### Ebenso müssen alle Personen mit den folgenden Anzeichen dringend medizinisch betreut werden:

#### KINDER

- Beschleunigte Atmung oder Atemprobleme
- Bläuliche Hautfarbe
- Nimmt nicht genug Flüssigkeit auf
- Wacht nicht auf oder ist nicht ansprechbar
- Das Kind ist reizbar und will nicht auf dem Arm gehalten werden
- Grippeähnliche Symptome gehen zuerst zurück, verschlimmern sich dann aber mit Fieber und stärkerem Husten
- Fieber mit Ausschlag

#### ERWACHSENE

- Atemprobleme oder Atemnot
- Schmerzen in oder Druck auf Brust oder Bauch
- Plötzliches Schwindelgefühl
- Verwirrung
- Starkes oder wiederholtes Erbrechen
- Grippeähnliche Symptome gehen zuerst zurück, verschlimmern sich dann aber mit Fieber und stärkerem Husten

